



※料金はすべて税込です。
※カレンダー●が実施日です。

森のホール開館時間 9:00~17:00 (9/22祝を除く火曜午後は休館※プログラムもお休み)

新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴うプログラム内容の変更・中止等がある場合がございます。

アルプスアドベンチャー

参加費: **全コース** 大人 2,800円 子供 2,500円
平日 大人 3,200円 子供 2,900円
初級限定コース 大人/子供 1,000円 ※身長100cm以上。1時間何回でもOK!
初級+アドベンチャー 大人/子供 2,000円 ※身長120cm以上。初級とジップライン1回。

時間: ① 9:30~ ② 10:30~ ③ 11:30~ ④ 13:00~ ⑤ 14:00~ ⑥ 15:00~
 (所要時間はおよそ60分~90分)

定員: 8名/各回

東日本初上陸の森林空中アスレチック!!
 自然を遊びつくせ!
 スリル満点!往復200mのZIP LINE!!!

※身長120cm以上の方が対象となります。
 (初級限定コースは100cm以上)
 ※詳細は別チラシをご覧ください。
 ※小学生以下は大人(18歳以上)の参加同伴が必要です。
 ※13歳以上(中学生以上)18歳未満の方だけのご参加の場合は保護者のご署名が必要です。
 ※当日予約時間の30分前までに森のホールにて受付をお願いします。
 ※平日は1週間前、土日祝は前日17:00までにご予約ください。
 ※雨天時の雨具の貸出はございませんので、各自でご準備をお願いいたします。



実施日						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		▲	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

▲ は午前のみ ▼ は午前のみ

ポポラプライベートツアー

参加費: 15,000円/組(1~5名)
 1名増1,000円/名(最大10名程度)
 時間: ① 9:30~ ② 9:30~ ③ 13:30~ ④ 13:30~
 (実施時間は1時間30分~2時間程度)

定員: 1組/各回

ポポラスタッフを独り占め!
1組限定でご案内なので安心!!
 細やかなご要望、ご希望に応じ、プログラム(自然観察・散策系)をご提案いたします。
 お気軽にお問合せください。

※観察場までの移動バスは他のお客様と一緒に
 なる場合がございますので予めご了承ください。

プラン例
プラン1
 心地よいブナ林でのお散歩

プラン2
 お子様のペースや興味に合わせて
 生き物を捕まえたり、触れたり!自然観察

プラン3
 スタッフおすすめの写真スポットを歩いてめぐる

プラン4
 ベトボトルで餌を作って、仕掛けて捕まえてみよ!!

プラン5
 せせらぎの音をゆっくり聞いて癒されたい!

プラン6
 実際にこなっているニホンリスの調査に挑戦!



※1週間前までにご予約ください。

実施日						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		▲	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

▲ は①②のみ

田っぽビオトープ大作戦

実施日: 9/6・20

参加費: 大人 2,500円 子供 2,000円

時間: 9:30~13:00

- ◆いきものしらべ
- ◆里山ランチ

6日は田んぼのお手入れ!
 おにぎりも作るよ!
 20日は稲刈りを体験します!

泥だらけになってもよい服装でご参加ください。田んぼに入る際は、捨てても良い靴下を履くとよいです。
 参加者には『いきものにぎわいカード&缶バッジ』をプレゼント!

※前日17:00までにご予約ください。



ナイトアドベンチャークルーズ

参加費: 大人 2,700円 子供 2,200円

時間: 19:30~21:30

定員: 7台(1カート最大5名)
 (他お客様との相乗りはありません)

ゴルフカートに乗って、夜の森に出かけよう!
 里山のいきものたちがあなたをみてるかも?!
 夜の森はワクワク、ドキドキが止まらない!!

※場所により歩くシーンがありますので、動きやすい靴でお越しください。
 ※前日17:00までにご予約ください。
 ※夜間は寒い場合がございます、上着をお持ちください。



大人の平日サロン

都会の喧騒を離れ、自然の中で過ごす上質なひと時・・・

※内容に若干の変更がある場合がございますので予めご了承ください。

※1週間前までにご予約ください。また最少催行人員(4名)に満たない時には催行中止となる場合がございます。

癒しの香りサロン

参加費: **4,000円**

時間: **10:00~12:00**

定員: **8名**

アロマセラピーインストラクターが厳選した、季節の精油を使ったワックスバーづくりを実施いたします。この季節をイメージした5種類ほどの精油からお選びいただけます。精油が固まるまでは、紅茶とおやつで体温まるティータイム♪



実施日						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

発酵サロン

参加費: **5,000円**

時間: **10:30~13:00**

定員: **8名**

ポポラ特製のオーガニック野菜を使った発酵ピザや発酵茶の飲み比べなど! お肌がつるつるになりますよ! 参加者にはポポラのお酒or酒粕をプレゼント!



実施日						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Beeサロン

参加費: **5,000円**

時間: **11:00~13:00**

定員: **8名**

あてま高原の森では、オリジナルの『はちみつ』づくりをしています。10種類程度のはちみつのテイस्टینگ&色々なチーズやパンとのマリアージュをお楽しみいただけます!



実施日						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

手描き友禅サロン

参加費: **4,000円**

時間: **14:00~16:00**

定員: **8名**

十日町の染物屋「翠山(すいざん)」の染物職人を講師としてお招きし、本格的な手描き友禅を体験していただけます。「辻が花」のデザインに手描き友禅染めた生地とシルクの裏生地を使い、オリジナルのティッシュボックスを作ります。



実施日						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	27	28	29

選べる6種類

商品をご指定の上ご予約ください!

木工DIYワークショップ

参加費: **5,000円/個** 時間: ① 10:00~12:00 ② 14:00~16:00 定員: **5名/各回**

DIYには興味あるけど、ちょっと不安... 工具を持ったことがないんです...

そんな方でも安心しておしゃれなDIYを楽しめちゃうプログラムです! 女性でも気軽に参加できますよ!

※1週間前までにご予約ください。

三段ラック



(約50x60x22cm)

ミニチェア



(約26x28x40cm)

スライド式ブックスタンド



(約30(伸60)x20x20cm)

折り畳み式ミニテーブル



(約48x30x18cm)

折り畳み式ミニチェア



(約27x28x32cm)

マガジンラック



(約42x43x12cm)

実施日						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

● は①のみ

長月の星空ツアー

実施日: **9/26**

参加費: **1,000円**

雨天・曇天時 **500円**

時間: **19:30~20:30**

夜が長くなっていく9月。一緒に星空を見に行きませんか?雨天・曇天時は森のホールで星のスペシャルトークショーを行います。



※マスクの着用での来館を必須とし、発熱、咳や喉頭痛の症状が軽度でもある方は、参加をご遠慮いただく場合がございますので、ご理解・ご協力のほどお願いいたします。

※大人料金は中学生以上です。2歳以下のお子様は無料(工作除く)です。

※天候などにより、中止または内容が変更になる場合がございます。

※小学6年生以下のお子様は、必ず保護者同伴でご参加をお願いいたします。

森のホール工作

予約不要

開館中はいつでも実施! 9:00~17:00(9/22を除く火曜午後は休館)

大人から子供までみんなが楽しめる工作を多数ご用意!!!

※9/22を除く火曜午後はお休み。

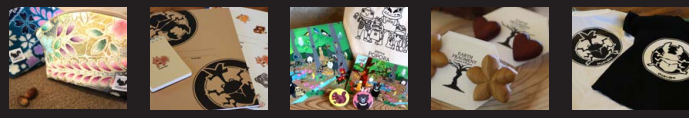
※参加人数を減らしてご案内しているため、お待ちいただく場合がございます。



他にもいろいろあるよ!

SHOP POPORA

地元企業とのコラボ商品や、ポポラオリジナルのグッズをご案内しています。



あてま 森と水辺の教室

ポポラ

お問い合わせ・プログラム予約

025-758-4811

ホテル バルナティオ宿泊予約

025-758-4888

受付時間: 9:00~17:00

ポポラHP: <http://popora.jp>

あてま ポポラ

検索

〒949-8556 新潟県十日町市珠川 当間高原リゾート内